

સર્વોપયોગી

ઓપ્રધ પેટી

શોભન

આયુ પ્રકાશન

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

આયુ પ્રકાશન : પુસ્તક ઉપમું

સર્વોપયોગી ઔષધપેટી

(ખીજ આવૃત્તિ)

શોભા

૨૯ જાન્યુઆરી
પ્રકાશન દિવસ

આયુ પ્રકાશન

૨૧૨-સર્વોદય, રિલીફ સિનેમા પાસે;

સલાપસ માર્ગ, અમદાવાદ-૧

◦ લેખક :

શોભન

◦ (C) સર્વૃક્ક સ્વાધીન

◦ પ્રકાશક :

જગદીશ વસાણી

‘આયુ પ્રકાશન’

૨૧૨, સર્વોદય, ખીન્ને માળ,

સલાપસ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૧

ફોન : ૨૬૨૧૧

◦ ખીજી આવૃત્તિ :

૨૬ ડીસેમ્બર-’૮૭

◦ કુલ પ્રત : ૩૨૦૦

◦ કિંમત ૪ રૂપિયા

◦ મુદ્રક :

પ્રમોદભાઈ સી. પટેલ

શિવશક્તિ મુદ્રણાલય

મહાદેવવાસ નં. -૨

નવા વાડજ

ફો. નં. ૪૬૮૮૭૩

વેળકે તરફથી
સરનેહ ભેટ

વૈધમિત્ર

શ્રી બળદેવપ્રસાદ પનારાને સરનેહ.....

—શોભન

વૈદ્ય શાસ્ત્રનું આયુર્વેદીય સાહિત્ય

૧. અતૃપ્ત ઝંખના(ખી.આ.)(આયુર્વેદીય નવલકથા)	૪૫-૦૦
૨. અણુઅણુમાં આયુર્વેદ (આયુર્વેદ સિદ્ધાંત)	૩૫-૦૦
૩. અનુભવનું અમૃત (ભાગ પહેલો) (ખીજી આ.)	૧૦-૦૦
૪. અનુભવનું અમૃત (ભાગ બીજો) (ખીજી આ.)	૨૫-૦૦
૫. આપણું ઈમર્જન્સી ઔષધો (ખીજી આવૃત્તિ)	૮-૦૦
૬. આમળાં (ત્રીજી આવૃત્તિ)	૮-૦૦
૭. આયુર્વેદ અનિવાર્ય છે (ખીજી આવૃત્તિ)	૫-૦૦
૮. આયુર્વેદ-નિનાદ (આયુર્વેદનાં ગીતો)	૫-૦૦
૯. આયુર્વેદ હવે ધરધરમાં (કિશોરો માટે ખાસ)	૪-૦૦
૧૦. આયુર્વેદની પુનઃપ્રતિષ્ઠા (આયુર્વેદીય લેખો)	૪-૫૦
૧૧. આયુર્વેદીય રેડિયો વાર્તાલાપ (સાત પ્રશ્નોત્તરી)	૬-૫૦
૧૨. આરોગ્ય અને ઔષધ-૧ (લેખસંગ્રહ)	૧૫-૦૦
૧૩. આરોગ્ય અને ઔષધ-૨ (લેખસંગ્રહ)	૨૦-૦૦
૧૪. આરોગ્ય અને ઔષધ-૩ (લેખસંગ્રહ)	૨૫-૦૦
૧૫. આરોગ્ય અને ઔષધ-૪ (લેખસંગ્રહ)	૨૫-૦૦
૧૬. આરોગ્ય અને ઔષધ-૫ (લેખસંગ્રહ)	૩૦-૦૦
૧૭. આરોગ્ય આપણા સૌનું-૧ (આહાર)	૧૦-૦૦
૧૮. આરોગ્ય આપણા સૌનું-૨ (વિહાર-૧)	૭-૫૦
૧૯. આરોગ્ય આપણા સૌનું-૩ (વિહાર-૨)	૭-૫૦
૨૦. આરોગ્ય પ્રશ્નોત્તરી-૧ (એકસો એકાવન પ્રશ્નો)	૫-૦૦
૨૧. આરોગ્ય પ્રશ્નોત્તરી-૨ (એકસો પચાસ પ્રશ્નો)	૧૨-૦૦
૨૨. આરોગ્ય-સૂત્ર (શ્લોકો અને સૂત્રોનો સંગ્રહ)	૫-૦૦
૨૩. ઈમર્જન્સી બૉક્સ (ખીજી આવૃત્તિ)	૧૨-૦૦
૨૪. ઊઠો ! આયુર્વેદને અપનાવો (ખીજી આવૃત્તિ)	૩-૦૦
૨૫. કમળો (કેસેટના મોટર સહિત)	૧૦-૦૦
૨૬. કાકડા (પોકેટ બુક)	૨-૦૦

૨૭. કાનના રોગો	(ખીજી આવૃત્તિ)	૧૬-૦૦
૨૮. કાનના રોગો	(સંક્ષિપ્ત)	૬-૦૦
૨૯. ગાંધીજીની આયુર્વેદ-દષ્ટિ	(પોકેટ બુક)	૩-૫૦
૩૦. ધરગથ્ય તાત્કાલિક સારવાર	(ત્રીજી આવૃત્તિ)	૮-૦૦
૩૧. ચ મડીના રોગો	(ચર્મરોગ વિશે સંપૂર્ણ)	૨૦-૦૦
૩૨. ચામડીના રોગો	(સંક્ષિપ્ત)	૬-૦૦
૩૩. ઝેર તો પિવાતાં જાણી જાણી !	(ચાર ભાગ)	૫૨-૦૦
૩૪. તમે જ તમારા વૈદ્ય	(ત્રીજી આવૃત્તિ)	૫-૦૦
૩૫. તુલસી	(ચોથી આવૃત્તિ)	૩-૦૦
૩૬. ત્રિકુળા	(ત્રીજી આવૃત્તિ)	૩-૦૦
૩૭. દ્રાક્ષ	(પરિચય પુસ્તિકા)	૧-૦૦
૩૮. દિવ્ય ઔષધિ-૧	(ખીજી આવૃત્તિ)	૫-૦૦
૩૯. દિવ્ય ઔષધિ-૨ (ચારસો વાનરુપતિક પ્રયોગો)		૫-૦૦
૪૦. દિવ્ય ઔષધિ-૩ (૫૦૦ પ્રયોગો)	(ખીજી આ.)	૧૦-૦૦
૪૧. નિત્ય નીરોગી (આહારવિષયક ઉપયોગી લેખો)		૭-૦૦
૪૨. પુનઃ આયુર્વેદ પ્રતિ	(ખીજી આવૃત્તિ)	૫-૦૦
૪૩. ખહેરાશ	(પરિચય પુસ્તિકા)	૩-૦૦
૪૪. રોજિંદો આયુર્વેદ	(પાંચમી આવૃત્તિ)	૭-૫૦
૪૫. રોજિંદા રોગો	(ત્રીજી આવૃત્તિ)	૧૦-૦૦
૪૬. વાળના રોગો (ધોળા વાળ, ખરતા વાળ, ટાલ)		૧૫-૦૦
૪૭. વાળની સંભાળ	(પોકેટ બુક)	૧૦-૦૦
૪૮. શિરઃશૂન	(ખીજી આવૃત્તિ)	૫-૦૦
૪૯. શૂન	(ખીજી આવૃત્તિ)	૩-૦૦
૫૦. સદ્ય ચિકિત્સા	(ઈમર્જન્સી સારવાર)	૭-૦૦
૫૧. સફેદ દાગ	(ધોળા કાઢ)	૧૪-૦૦
૫૨. સોએ સમજવા જેવું (ઉપયોગી મનનીય લેખો)		૬-૦૦

આયુ પ્રકાશન : ૨૧૨-સર્વોદય : અમદાવાદ-૧

સર્વોપયોગી ઔષધપેટી

વર્તમાનકાળમાં રોગ પેદા થવાનાં કારણો વધ્યાં હોવાથી અને આરોગ્ય સાચવવામાં બેદરકારી અને અવરોધ વધેલ હોવાથી રોગનું પ્રનાણ દિન-પ્રતિદિન વધતું જાય છે. ખીજી બાજુ મોંઘવારી પણ માઝા મૂકતી જાય છે. એટલે ગરીબ કે મધ્યમવર્ગ માટે ચિકિત્સા મેળવવી દુર્લભ થઈ છે અને થતી જશે. મોટા ભાગનાં ગામડાંમાં જોડેકા ઇચ્છે તો પણ પૂરી સારવાર મળી શકે તેમ નથી. શહેરોમાં ધરભથ્થું દ્રવ્યોની દવારૂપ ઉપયોગ કરવાની સૂઝ ઘટતી જાય છે એટલું જ નહીં, ઊંઘટાની તેના પ્રત્યે સૂગ વધતી જાય છે. લીલી તાજી વનસ્પતિ મળવાનું કે મેળવવાનું મુશ્કેલ બન્યું છે, ત્યારે ન છૂટકે તૈયાર ઔષધ ચોજવાના દવાવાદની રીતે પણ પ્રજાને માર્ગદર્શન આપવું તે વૈદની ફરજ બનતી હોવાથી આ 'સર્વોપયોગી ઔષધપેટી' વિશે લખેલું ઉપયોગી થશે તેમ મનું છું. આ પેટી કેવળ લેકામાં ઘેરઘેર જ નહીં વૈદ્યો અને ચિકિત્સકોને પણ ઉપયોગી થશે જ.

સાથે સાથે એ પણ કહી દઉં કે આયુર્વેદની ચિકિત્સા-સંપત્તિ અને ઔષધ-બાહુલ્ય અપરંપાર છે. તેમાં આ સોળ ઔષધ અને તેના લોહભોગ્ય ઉપચારો બતાવવા

માત્રમાં આખોય વિરાટ આયુર્વેદ નથી સમાઈ જતો. કેવળ ઓછા ખર્ચે, ઓછા ઔષધો વડે, નિર્દોષ અને સરળ રીતે રોજ-ખરોજના સામાન્ય રોગો અને સામાન્ય તાત્કાલિક સારવાર જનતાને જાતે કરી તેના સમય, શક્તિ અને સંપત્તિ ખર્ચાવી આ યંત્રવત્ મોંઘા જીવનમાં કંઈક આશ્વાસન કે રાહત મેળવી શકે. રોગની પ્રારંભિક અવસ્થામાં જ સ્વાવલંબી ઉપચારથી રોગને આગળ વધતો અટકાવી કે મટાડી શકે. છતાંય, રોગની તીવ્ર કે અસ્પષ્ટ અવસ્થામાં જરૂરી સારવાર લેવાનું તો રહે જ છે.

હરડે, ત્રિકુળા, જેઠીમધ, અજમોદાદિ ચૂર્ણ જેવાં ઔષધો ઘેર પણ ખનાવી શકાય. તેની માત્રા, તેનું અનુપાન, તેમજ પ્રતિનિધિ ઔષધ (મળતા ગુણવાળું તેવું જ ખીજું ઔષધ), પથ્યાપથ્ય અને ક્રિયાનું જ્ઞાન સાથે સાથે જેટલું વધુ મેળવાય તેટલું પરિણામ પણ વધુ મળે, અહીં તો સ્થળસંકાયના કારણે ઘણું જ ટૂંકમાં દર્શાવ્યું છે પરંતુ જેઓ ધરગથ્ય સ્વાવલંબી સારવારનો પૂરો અભ્યાસ કરવા માગતા હોય તેમણે મારાં ‘ધરગથ્ય તાત્કાલિક સારવાર’, ‘સદ્ય ચિકિત્સા’, ‘ઇમર્જન્સી ઓકસ’ અને ‘આપણાં ઇમર્જન્સી ઔષધો’ વગેરે પુસ્તકો ઝીણવટથી વાંચી લેવાં જોઈએ.

અહીં દર્શાવેલાં સોળ ઔષધોનો સરળ અને સાદો ઉપયોગ આ પ્રમાણે છે :

૧. અજમોદાદિ ચૂર્ણ

- માત્રા : ૨ થી ૬ ગ્રામ, જેથી ત્રણ વખત.
 - અનુપાન : ગરમ પાણી.
 - ઉપયોગ : વાયુના તમામ રોગોમાં તથા આમ અને અજીર્ણન્ય તમામ રોગોમાં વાપરી શકાય.
- (૧) આમવાત : ૨ થી ૪ ગ્રામ ગરમ પાણીમાં.
 - (૨) ઉદરશૂળ : ૨ થી ૪ ગ્રામ ગરમ પાણીમાં.
 - (૩) શૂળ : કટિશૂળ, ગુદશૂળ, જંઘાશૂળ, ઉરઃશૂળ કે પાશ્વશૂળમાં આપવું.
 - (૪) રાંઝણ : સાયેટિકામાં કે હાથની રાંઝણ (વિશ્વાચી)માં પણ ઉપર પ્રમાણે.

*

૨. અર્જુનારિષ્ટ

- માત્રા : ૧ થી ૨ ચમચી; દિવસમાં ત્રણ-ચાર વખત.
 - અનુપાન : પાણી.
 - ઉપયોગ : હૃદયના અને ફેફસાંના તમામ રોગોમાં ઉપયોગી છે. કેઈ પણ ગંભીર અવસ્થામાં નિર્ભય-પણે યોજી શકાય છે.
- (૧) લો બી. પી. : લોહીનું દબાણ ઓછું હોય તેમાં ૧-૨ ચમચી બે-બે કલાકે આપવું.
 - (૨) હૃદયશૂળ : ૧-૨ ચમચી પાણીમાં દર કલાકે પાવું.
 - (૩) ધાસાવરોધ : ૧-૨ ચમચી પાણીમાં આપ્યા કરવું.
 - (૪) ગંભીર અવસ્થા : કેઈ પણ કારણે આવેલી ગંભીર અવસ્થામાં હૃદયનું રક્ષણ કરવા ૧-૨ ચમચી પાવું.

*

૩. કપૂરહિંગુ વટી

- માત્રા : ૧-૨ ટીકડી કે ગોળા ૧-૨ કલાકના અંતરે.
- અનુપાન : રોગ અનુસાર પાણી, ગરમ પાણી, છાશ વગેરે.
- ઉપયોગ : પેટનો દુખાવો, ગોળો, દાઢનો દુખાવો જેવા કોઈ પણ શૂળમાં આંતર-બાહ્ય ઉપયોગ રૂપે ખાસ વપરાય છે.

(૧) ઉદરશૂળ : ૨-૨ ટીકડી ગરમ પાણીમાં દર કલાકે પિવરાવવી અને ૧૦-૧૨ ટીકડી પીસી પેટ પર લેપ કરવો.

(૨) ગોળો (ગુદમ) : ઉપર પ્રમાણે.

(૩) ઝાડા : ૨-૨ ટીકડી છાશ સાથે દર કલાકે.

(૪) મરડો : ઉપર પ્રમાણે.

(૫) દાઢનો દુખાવો : ૨-૨ ટીકડી ગરમ પાણીમાં પિવરાવવી અને દાઢ કે દાંત વચ્ચે ટીકડી દબાવી રાખવી અથવા તલતેલમાં ટીકડી પીસી તેનું પોતું મૂકવું.

(૬) કોઈ પણ શૂળ : ૨-૨ ટીકડી ગરમ પાણીમાં પાવી અને પાણીમાં પીસી, ગરમ કરી દુખતા અંગ પર લેપ કરવો.

(૭) વાળો : ઉપર પ્રમાણે.

(૮) વાર્ધ-મૂર્ચ્છા : ટીકડી સૂંઘાડવી અને પાઈ શકાય તો પિવરાવવી.

૪. ચંદ્રકલા રસ

- માત્રા : ૧/૨ થી ૧/૪ ગ્રામ. ૧-૨ કલાકના અંતરે.
- અનુપાત : ઠંડું પાણી, દૂધ, ઘી, દ્રાક્ષનું પાણી. ઘી-ખાંડ, ગુલકંદ વગેરે કોઈ પણ શીતળ દ્રવ્યમાં ચોજી શકાય.
- ઉપયોગ : આ ઔષધ પરમ શીતળ હોવાથી ગરમીના (પિત્તજ) કોઈ પણ રોગમાં તેમ જ ગ્રીષ્મ શરદના રોગોમાં ખાસ વાપરવામાં આવે છે.
- (૧) લોહીત્રા : અત્યાત્વને કારણે સ્ત્રીઓને વધુ દિવસ અને વારંવાર વધુ માસિક આવતું હોય ત્યારે ચોખાના ઓસામણમાં દરેક કલાકે ૧/૨ ગ્રામ આપ્યા કરવું.
- (૨) લોહીના ઝાડા : મોળી છાશ અથવા બકરીના દૂધમાં આપવું.
- (૩) નસકેરી : મધમાં બે-બે કલાકના અંતરે ૧/૨ ગ્રામ આપતા રહેવું.
- (૪) ઊનવા : કાળી દ્રાક્ષના, કાકડીના કે નાળિયેરના પાણીમાં વારંવાર આપ્યા કરવું.
- (૫) દાહ : શરીરના કોઈ પણ અંગોપાંગમાં બળતરા દૂર કરવા ખાંડના પાણીમાં, ઘી-ખાંડમાં કે દૂધમાં પિવરાવવું.
- (૩) મુખપાક : મેં, ગળું, તાળવું વગેરેનાં ચાંદાંમાં મધ, દૂધ કે ઘી-સાકર સાથે દિવસમાં ત્રણ-ચાર વખત આપવું.

- (૭) તૃપા : દ્રાક્ષના પાણીમાં બે-બે કલાકે આપતાં રહેવું.
- (૮) અમ્લપિત્ત : ગળ્યા દૂધમાં ૧/૨ ગ્રામ દિવસમાં બે-ત્રણ વખત આપવું.
- (૯) પિત્તજ્વર : ગરમીના તાવમાં મધ કે પાણીમાં ૧/૨ ગ્રામ દિવસમાં બે વખત આપવું.

*

૫. જેઠીમધ

- માત્રા : ૧ થી ૪ ગ્રામ. મૂળ હોય તો ચૂસવું.
 - અનુપાત : પાણી, દૂધ, ઘી, મધ વગેરે.
 - ઉપયોગ : વ્રુ, રક્તપિત્ત, દાહ, પીડા, અશક્તિ વગેરેમાં વપરાય છે.
- (૧) સઘવ્રુ : તાજ વાગેલા ધામાંથી લોહી અટકાવવા ખારીક તાજું ચૂર્ણ દબવી પાટો બાંધી દેવો અથવા ઘી અને જેઠીમધ લગાડવાં.
 - (૨) લોહીની ઊંઘ : ચંદન સાથે સમાન ભાગે જેઠીમધ અથવા એકલું જેઠીમધ દૂધમાં પીસીને આપવું.
 - (૩) લોહીના ઝાડા : ૨ થી ૪ ગ્રામ જેઠીમધ મોળી છાશ, બકરીનું દૂધ કે મધમાં આપવું.
 - (૪) અધારશીશી : જેઠીમધને પાણીમાં પીસી, મધ મેળવી, કપડાથી ગાળી, ડ્રોપર વડે નાકમાં ટીપાં પાડવાં.

*

૬. ત્રિક્ષણ

- માત્રા : ખાવામાં ૧ થી ૮ ગ્રામ; ખાલ ઉપયોગ માટે ઇચ્છાનુસાર.
 - અનુપાન : પાણી, દૂધ, મધ, ઘી અને મધ અસમાન ભાગે.
 - ઉપયોગ : આંખોના તમામ રોગોનું અકસીર ઔષધ છે. કેઈ પણ વ્રણમાં વાપરી શકાય છે. ચર્મરોગ, પ્રમેહ, કમળો, મેદવૃદ્ધિ, સોજા, પાંડુ, વધરાવળ, જીર્ણિવર વગેરેમાં વપરાય છે.
- (૧) નેત્રરોગ : આંખો દુખતી, આંખોનું નેજ ઘટવું, આંખોમાં બળતરા થવી, ખીલ, આંજણી વગેરે તમામ નેત્રરોગોમાં રોજ રાત્રે અને સવારે ૨ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ કે ૬-૮ ત્રિક્ષણ ટીકડી પાણીમાં કે અસમાન ઘી-મધમાં આપવી. તે પાઉડરના ભીના પાટા આંખે બાંધવા, ત્રિક્ષણની પોટલી પલાળી બનાવેલું પાણી આંખે છાંટવું અને તેનાથી આંખો ધોવી. ત્રિક્ષણની સોગડી ઘસીને આંખમાં આંજવી અને ત્રિક્ષણનાં ટીપાં આંખોમાં પાડવાં.
- (૨) ચર્મરોગ : ગૂમડાં, ખસ, ખૂજલી, દરાજ, ખરજવાં વગેરે ચામડીના રોગોમાં સવારે-સાંજે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ આપવું. તેના પાણીથી વ્રણ, ગૂમડાં, ચર્મરોગ સાફ કરવા.

- (૩) ખીલ : રોજ રાત્રે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ લેવું ત્રિક્ષણના પાણી વડે ખીલવાળો ભાગ ઘેરવે. ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ પીસીને ખીલ પર લેપ કરવો.
- (૪) મુખપાક : મોં આવી જતું હોય તો રોજ રાત્રે-સવારે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ પાણીમાં લેવું. ત્રિક્ષણનું પાણી કરી કાગળા ભરવા.
- (૫) મૂત્રમાર્ગગત રોગો : મૂત્રમાર્ગમાં થયેલા કોઈ પણ રોગ પ્રમેહ, બિનવા દાહ, ખંજવાળ વગેરેમાં સવારે-રાત્રે પાણીમાં ત્રિક્ષણ લેવી કોઈ પણ પ્રકારના પ્રમેહ (ડાયાબિટીસ)માં મધ સાથે પણ વધુ ફાયદો કરે.
- (૬) મેઢવૃદ્ધિ : સવારે રાત્રે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ મધમાં કે પાણીમાં લેવી.
- (૭) જીર્ણિવર : સવારે-રાત્રે ૨-૪ ગ્રામ ત્રિક્ષણ દૂધમાં કે પાણીમાં આપવી.
- (૮) કમળો : સાંજે-રાત્રે મધમાં, ગોમૂત્રમાં કે પાણીમાં ૨-૪ ગ્રામ ત્રિક્ષણ આપવી અને આંખોમાં તેના પાણીનાં ટીપાં પાડવાં.
- (૯) પાંડુ : સવારે - સાંજે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ગોમૂત્રમાં કે દૂધમાં આપવી.
- (૧૦) વધરાવળ : રોજ સવારે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ ગોમૂત્રમાં આપ્યા કરવી અને ગૂગળના પાણીમાં ત્રિક્ષણ ચૂર્ણ ગરમ કરી લેવ કરવો.
- (૧૧) સોજા : સવારે-સાંજે ૪ થી ૬ ગ્રામ ત્રિક્ષણ દૂધમાં, ગોમૂત્રમાં કે મધમાં આપવી અને સોજા પર તેનો લેપ કરવો.

૭. ત્રિભુવનકીર્તિ રસ

- માત્રા : ૧/૮ ગ્રામથી ૧/૪ ગ્રામ પાઉકર કે ટીકડીરૂપે.
 - અનુપાત : તુલસીનો રસ, મધ, આદુનો રસ, ગરમ પાણીમાં.
 - ઉપયોગ : કોઈ પણ પ્રકારના તાવમાં, શરદીમાં, ઉધરસમાં, શ્વાસમાં, કફમાં આપી શકાય છે.
- (૧) તાવ : નવજ્વર, વાતજ્વર, કફજ્વર, ફૂલ, ન્યુમોનિયા, વિષમજ્વર (મેલેરિયા) વગેરેમાં સવારે-સાંજે-રાત્રે ૧ થી ૨ ટીકડી મધમાં આપવી.
- (૨) શરદી : રોજ ૪ થી ૬ ટીકડી ચૂસવી અથવા મધમાં કે તુલસીના રસમાં આપવી.
- (૩) ઉધરસ : જેઠીમધ ચૂર્ણ સાથે ૧/૪ ગ્રામ દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે યોગ્ય શકાય.
- (૪) શ્વાસ : નાગરવેલનાં પાકાં પાનમાં ૧ થી ૨ ટીકડી ચૂસવા આપવી. દિવસમાં કુલ ૬ આપવી.

૮. પંચગુણુ તેલ

- માત્રા : બાહ્ય ઉપયોગમાં જ લેવાતું હોવાથી આવશ્યકતાનુસાર વાપરી શકાય.
- ઉપયોગ : કોઈ પણ શૂળમાં મલિશ કરવા માટે; દાઝેલા ભાગ પર લગાવવા માટે; કાન-નાકમાં ટીપાં પાડવા માટે; કોઈ પણ વ્રણ ઉપર ટ્રેસિંગ કરવા માટે; મૂઠમાર પર મલિશ કરવા માટે તેમ જ નાસ લેવા માટે વાપરવામાં આવે છે.

- (૧) શૂળ : માથાનો દુખાવો, સાંધાનો દુખાવો (ચામવાત સિવાય), પડખાં, છાતી, કેડ વગેરેના દુખાવામાં તેલ ચોળી ઉપર શેક કરવો.
- (૨) કણ્ઠશૂળ : કાનનો દુખાવો, કાનનો પાક વગેરે કાનના રોગમાં આ તેલનાં ટીપાં નાંખી, કાન આસપાસ તેલ ચોળી ઉપર શેક કરવો.
- (૩) દંડ્રુશૂળ : દાઢના દુખાવામાં પંચગુણુનું પોતું મૂકવું, ગહારના ભાગમાં તેલ ધસવું અને ઉપર ગરમ પાણીની થેલી રાખી શેક કરવો.
- (૪) મૂઠમાર : માર, પછાડ, અભિધાતના કારણે થતાં શૂળ અને સોજામાં તેલ ધસવું અને હળવો શેક કરવો.
- (૫) દાઝવું : અગ્નિઘ્નધ્રુણુ ઉપર તેલ સિંચવું અથવા જાળીવાળા આછાં કપડાને તેલવાળાં કરી ઉપર પાથરી દેવાં.
- (૬) શ્વાસાવરોધ : નાકમાં ટીપાં પાડવાં અને ગરમ પાણીમાં પંચગુણુ તેલ નાખી વરાળનો નાસ લેવો.

૯. બાલચાતુર્ભદ્ર ચૂર્ણ

- માત્રા : ૧/૮ થી ૧ ગ્રામ.
- અનુપાન : મધ, દૂધ કે પાણી.
- ઉપયોગ : ઝાડા, ઊલટી, તાવ, કૃમિ, મંદાગ્નિ, દાંત આવવા જેવા બાળકોના તમામ રોગોમાં આ ઔષધ નિર્ભયપણે આપી શકાય છે. બાળકોની તંદુરસ્તીનું રક્ષણ કરવા પણ આ ઔષધ નિત્ય આપી શકાય.

(૧) તાવ : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં ત્રણ વખત.

(૨) કૃમિ : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં ત્રણ વખત.

(૩) ઊલટી : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં વારંવાર બે કલાકના અંતરે.

(૪) ઝાડા : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ જાશમાં ત્રણ કલાકે.

(૫) શરદી : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં ત્રણ વખત.

(૬) ઉધરસ : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં ત્રણ વખત.

(૭) દાંત આવવા : ૧/૨ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં કે દૂધમાં.

(આ ચૂર્ણના અભાવે શૃંગયાદિ ચૂર્ણ વાપરી શકાય.)

૧૦. મંજિષ્ઠાદિ ક્વાથધનવટી

- માત્રા : ૪-૪ ગોળા ચાવીને કે ભૂકા કરીને સવારે-સાંજે-રાત્રે પાણી સાથે તૈયાર પ્રવાહી લાવીને અથવા ભૂકા હોય તો ઘેર ઉકાળીને પણ ૧થી ૨ ચમચીની માત્રામાં.
- અનુપાત : પાણી. દિવસમાં બે-ત્રણ વખત.
- ઉપયોગ : કોઈ પણ ચર્મરોગમાં એટલે કે કોઢ, ઘોળા કોઢ, ખસ, ખરજવાં, ખૂજલી, ગૂમડાં, ખીલ વગેરેમાં વપરાય છે. ઉપરાંત તે વાતરક્ત (પત), આદિત-વાત, કૃમિ, હાથીપગું, પક્ષાઘાત, મેઘવૃદ્ધિ તેમ જ નેત્રરોગમાં યોગ્ય શકાય. તેનો ક્વાથ વ્રણને ઘોવા માટે વાપરી શકાય છે. એક વર્ષ જૂનો ભૂકો ન વાપરવો.

*

૧૧. લેપગુટી

તૈયાર મળતી આ સોગઠી પાણીમાં ઘસી આમવાત, સોજો, વધરાવળ, ગત્રગંડ, કંઠમાળ, ગાંઠ, ગાલપચોળાં, ગૂમડાં વગેરે પર લેપ લગાડવા વાપરતી. પછાડ, મરડ, શૂળ વગેરે ઉપર પગુ તે લગાડી શકાય. આ લેપગુટીમાં લાંબા સમય સુધી ગુણુ જળવાઈ રહે છે.

*

૧૨. વેદનાન્તક રસ

- માત્રા : ૧ ટીકડી બે-ત્રણ વખત ત્રણ-ચાર ઠલાકના અંતરે.
- અનુપાન : પાણી અથવા મધ.
- ઉપયોગ : શરારતા ભિન્ન ભિન્ન અંગોમાં જાત-જાતની વેદના (પેઈન) મટાડવા ખાસ અસરકારક ઇમજીન્સી ઔષધ છે. વિશેષે કરીને માથું, છાતી, કાન, સાંધા, કંઠ, દાઢ વગેરેના દુખાવામાં આપવામાં આવે છે. વાગવું, આમવાતની પીડા થવી, હાડકું ભાંગવું, રાંઝણ, વીંછીનું વિષ, હૃદયશૂન્ય વગેરેમાં થતા દુખાવામાં પણ તે કાળજીપૂર્વક આપી શકાય છે.

*

૧૩. શ્વાસકુંઠાર રસ

- માત્રા : ૧/૮ ગ્રામ દિવસમાં બે-ત્રણ વખત.
- અનુપાન : મધ, આદુનો રસ, તુલસીનો રસ, નાગરવેલનું પાકું પાન વગેરે.
- ઉપયોગ : શ્વાસ, ઉધરસ, શરદી, તાવ, કફ, પ્લુરસી, સસાણી, શ્વાસારોધ, મોટી ઉધરસ, શિરઃશૂન્ય વગેરેમાં વપરાય છે. આ ઔષધ જૂનું થાય તેમ એના ગુણ વધે છે. બાહ્ય ઉપયોગમાં નસ્ય તેમ જ અંજનરૂપે વપરાય છે.

- (૧) શ્વાસ : ૧/૮ ગ્રામ શ્વાસકુઠાર રસ મધમાં સવારે, સાંજે, રાત્રે. નાગરવેલનાં પાકાં પાનમાં મૂકીને પણ આપી શકાય.
- (૨) શ્વાસાવરોધ : ઉપર પ્રમાણે શ્વાસકુઠાર આપવો તેમ જ ચપટી સૂંઘાડવો.
- (૩) ઉધરસ : જેઠીમધ ૧/૨ ગ્રામ સાથે શ્વાસકુઠાર ૧/૮ ગ્રામ, દિવસમાં ત્રણ વખત મધમાં. મોટી ઉધરસમાં પણ તે જ રીતે.
- (૪) સસણી : ઉપર પ્રમાણે મધમાં.
- (૫) શરદી : ૧/૮ ગ્રામ મધમાં, દિવસમાં ત્રણ વખત. કફમાં પણ તે પ્રમાણે.
- (૬) તાવ : વાયુના કે કફના તાવમાં પણ સમાનભાગે ત્રિભુવનકીર્તિ સાથે કે સ્વતંત્ર આપી શકાય.
- (૭) શિરઃશૂળ : ૧/૮ ગ્રામ મધમાં આપવો અને તેનું ચપટી ચૂર્ણ નાક દ્વારા સૂંઘાડવું.
- (૮) મૂર્ચ્છા : બેમાન થયેના દરદીને ભાનમાં લાવવા માટે ચપટી શ્વાસકુઠાર નાકેથી સૂંઘાડવો અથવા ભૂંગળા દ્વારા નાકમાં ફૂંકવો (પ્રધમન નસ્ય આપવું) અથવા સહેજ આંખમાં અંજન કરવું. વાઈ-હિસ્ટીરિયામાં પણ આ પ્રમાણે ઉપયોગ કરવો.

૧૪. સૂંઠ

- માત્રા : ૧ થી ૧૦ ગ્રામ; દિવસમાં ત્રણ વખત.
- અનુપાન : પાણી, છાશ, દૂધ, મધ વગેરે.
- ઉપયોગ : ઝાડા, શરદી, શ્વાસ, ઉધરસ, શૂળ, તાવ. માથાનો દુખાવો, વીંછીનું ઝેર, આમત્રાત, અરુચિ, અજીર્ણ, મંદાગ્નિ, અશક્તિ, વાયુના રોગો, કફના રોગો વગેરેમાં નિર્ભયપણે વાપરી શકાય છે.

- (૧) ઝાડા : ૧ થી ૪ ગ્રામ સૂંઠનું ચૂર્ણ જે-ત્રણ કલાકના અંતરે છાશમાં કે બકરીના દૂધમાં.
- (૨) શરદી : ૧ થી ૬ ગ્રામ ચૂર્ણ મધમાં દિવસમાં ત્રણ વખત.
- (૩) શ્વાસ : ૧૦ થી ૨૦ ગ્રામ સૂંઠનો ઉકાળો કરી, ઠરે ત્યારે મધ મેળવીને જે વખત પાવું.
- (૪) ઉધરસ : મીઠામાં બોળેલા સૂંઠના ટુકડા ચૂસવા અને ૨ થી ૩ ગ્રામ સૂંઠનું ચૂર્ણ મધમાં દિવસમાં જે-ત્રણ વખત આપવું.
- (૫) શૂળ : છાતીનો દુખાવો, પડખાનો દુખાવો, સાંધાનો દુખાવો વગેરે શૂળમાં સૂંઠનો ઉકાળો કરી, ચમચી દિવેલ અથવા મધ મેળવીને પાવું.
- (૬) તાવ : ખાસ કરીને તાતજ્વર અને ફૂલમાં સૂંઠનો ઉકાળો કરી, ઠરે ત્યારે મધ મેળવી સવારે-સાંજે

આપવો, તાવમાં પીવાનું પાણી ઉકાળતી વખતે તેમાં સૂંઠના ટુકડા નાખવા.

(૭) શિરશ્ચળ : વાયુ કે કફથી થતા માથાના દુખાવામાં સૂંઠને દૂધમાં પીસી કપાળે લેપ કરવો અને તેનાં જ નાકમાં ટીપાં પાડવાં.

(૮) વીંછીનું ઝેર : સૂંઠનો ટુકડો પાણીમાં ઘસી ડાંખ ઉપર લગાડવું.

(૯) આમવાત : સૂંઠના ઉકાળામાં ચમચી કે બે ચમચી દિવેલ મેળવીને સવારે-રાત્રે લેવું. પીવાનું પાણી સૂંઠના ટુકડા નાખી ઉકાળેનું પીવું અને આમવાતથી થતાં શ્લેષ્મ ઉપર સૂંઠ ઘસીને લેપ કરવો.

(૧૦) અજીર્ણ : ૧ થી ૩ ગ્રામ ચૂર્ણ મધ, ગોળ કે પાણીમાં દિવસમાં ત્રણ વખત.

(૧૧) અરુચિ : ઉપર પ્રમાણે.

(૧૨) મંદાગ્નિ ; ઉપર પ્રમાણે.

(૧૩) અશક્તિ : સૂંઠના ચૂર્ણ સાથે ઘીગોળ મેળવીને ખાવું અથવા સૂંઠપાક બનાવીને ખાવો.

(૧૪) વાયુના રોગો : સૂંઠના ઉકાળામાં દિવેલ લેવું અને તલતેલ અને ગોળ સાથે સૂંઠપાક કરીને ખાવો.

(૧૫) કફના રોગ : સૂંઠનું ચૂર્ણ મધમાં અથવા ગરમ પાણીમાં દિવસમાં બે-ત્રણ વખત લેવું.

૧૫. સંજીવની વટી

- માત્રા : ૧ થી ૨ ગોળા કે ટીકડી (૧/૨ થી ૧/૮ ગ્રામ) દિવસમાં બે-ત્રણ વખત.
 - અનુપાન : મધ. લીંબુનો રસ, કુંગળા, કુદીનો કે આદુનો રસ.
 - ઉપયોગ : અજીર્ણ, તાવ, ઝાડા, બિલ્ટી, કોલેરા, સર્પવિષ વગેરેમાં વપરાય છે.
- (૧) અજીર્ણ : ૧ થી ૨ ગોળા આદુના રસમાં દિવસમાં ત્રણ વખત.
 - (૨) તાવ : તમામ પ્રકારના તાવમાં અને ખાસ કરીને સન્નિપાત જ્વર (ટાઈફોઇડ)માં ૨-૨ ગોળા મધ અથવા આદુના રસમાં.
 - (૩) ઝાડા : ૨-૨ ટીકડી બે-બે કલાકના અંતરે છાસમાં કે બકરીના દૂધમાં.
 - (૪) બિલ્ટી : ૧-૨ ટીકડી કલાકના અંતરે મધમાં કે લીંબુના રસમાં.
 - (૫) કોલેરા : ૧ થી ૨ ટીકડી દર કલાકે લીંબુના પુષ્કળ રસમાં, મધમાં કે કુંગળા, કુદીનો વગેરેના રસમાં.
 - (૬) સર્પવિષ : ૨ ગોળા કે ટીકડી ઘીમાં, શિરીષના ક્વાથમાં કે તાંદળજના રસમાં.

૧૬. હરડે

- ૦ માત્રા : ૧ થી ૮ ગ્રામ. દિવસમાં એકથી બે વખત.
- ૦ અનુપાત્ર : પાણી, છાશ, મધ, ગોળ વગેરે.
- ૦ ઉપયોગ : મરડો, કબજિયાત, અજીર્ણ, ઉદરશૂળ, વિષમજ્વર, મુખપાક, નેત્રરોગ, ચર્મરોગ, પાંડુ, કમળો, સોજા, હરસ-મસા, ગોળો વગેરેમાં વપરાય છે.

(૧) મરડો : ૨ થી ૬ ગ્રામ હરડે છાશ કે પાણીમાં સવારે-સાંજે આપવી.

(૨) કબજિયાત : વ્યક્તિગત અનુકૂળતા પ્રમાણે અને અનુકૂળ સમયે ૨ થી ૮ ગ્રામ હરડે પાણીમાં લેવી.

(૩) અજીર્ણ : સવારે-રાત્રે ૪ ગ્રામ હરડે ગરમ પાણીમાં લેવી. જમ્મા બાદ હરડેના ટુકડા કે ટીકડી ચૂસવી.

(૪) ઉદરશૂળ : ૨ થી ૬ ગ્રામ હરડે ગરમ પાણીમાં લેવી.

(૫) વિષમજ્વર : મલેરિયા પ્રકારના ટાઢિયા તાવમાં ૨ થી ૪ ગ્રામ હરડે મધમાં દિવસમાં બે વખત લેવી.

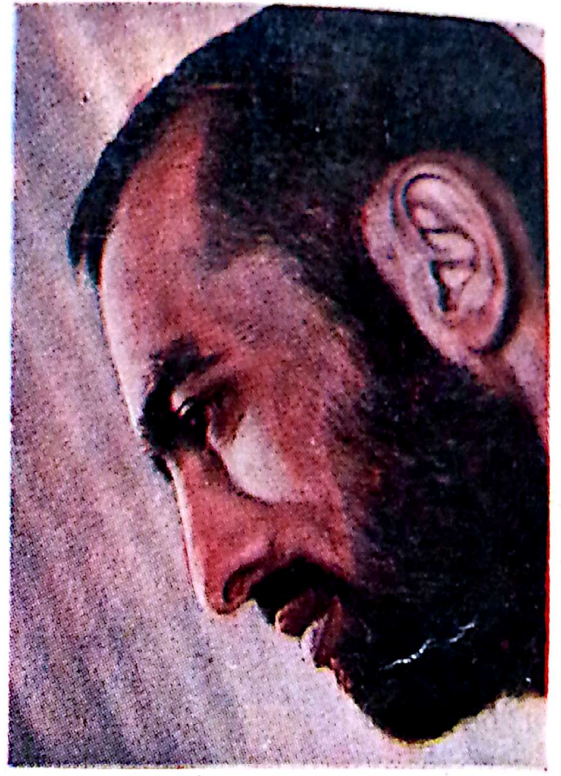
(૬) મુખપાક : રોજ રાત્રે ૪ થી ૬ ગ્રામ હરડે ખાંડના પાણીમાં કે દળેલી સાકર સાથે લેવી અને હરડેના ટુકડા ચૂસવા.

(૭) નેત્રરોગ : રોજ રાત્રે હરડે પાણીમાં કે મધમાં લેવી અને હરડેની છાલ દૂધમાં કે પાણીમાં ઘસીને આંખમાં આંજવી.

- (૮) ચર્મરોગ : સવારે-રાત્રે ૬ થી ૮ ગ્રામ હરડે પાણીમાં લેવી અને હરડે ઘસીને લગાડવી.
- (૯) પાંડુ : ૪ થી ૮ ગ્રામ હરડે ગોમૂત્રમાં કે દૂધમાં સવારે આપવી.
- (૧૦) કમળો : પાણીમાં. દૂધમાં કે ગોમૂત્રમાં ૪ ગ્રામ હરડે રાત્રે આપવી.
- (૧૧) સોજા : ૪ થી ૬ ગ્રામ હરડે દૂધમાં કે ગોમૂત્રમાં આપવી. સોજા પર હરડેનો લેપ કરવો.
- (૧૨) હરસ-મસા : છાશ સાથે ૪ થી ૮ ગ્રામ સવારે-રાત્રે હરડે લેવી અને હરડે ઘસીને મસા પર લેપ કરવો.
- (૧૩) ગાળો : ૪ થી ૬ ગ્રામ હરડે ગરમ પાણીમાં લીંબુના રસમાં આપવી.

*

ગુજરાત સમાચાર, શ્રી, આયુ-
ડાયજેસ્ટ, સંદેશ, ધર્મ સંદેશ, સેવક,
અખંડ આનંદ, નિરામય, કલ્યાણ-
યાત્રા, ચરક, સુશ્રુત, આરોગ્ય
સિન્ધુ, વૈદ્ય કલ્પતરુ, જનકલ્યાણ,
બાલમિત્ર, સ્વસ્થ માનવ વગેરે સામ-
યિકામાં આયુર્વેદ પિરસનાર શ્રી
શોભન ગુજરાતના અગ્રગણ્ય વૈદ્યો-
માંના એક છે. આયુર્વેદનું સાહિત્ય,
ચિકિત્સા અને પ્રચારમાં એમનું નામ
નોંધપાત્ર છે. તેમનાં ૬૦ જેટલાં
પુસ્તકોમાંથી ઝેર તો પિવાતાં જાણી



વૈદ્ય શોભન વસાણી

જાણી(સેટ), રોજિંદો આયુર્વેદ, ઘરગથ્થુ તાત્કાલિક સારવાર, ઇમર્જન્સી
બ્રૅકસ, રોજિંદા રોગો, આપણાં ઇમર્જન્સી ઔષધો, આમળાં, કાકડા,
આરોગ્ય પ્રશ્નોત્તરી, અનુભવનું અમૃત તેમજ કાનના રોગો, ચામડીના રોગો,
આરોગ્ય આપણા સૌનું, સફેદ દાગ, દિવ્ય ઔષધિ (સેટ), આરોગ્ય અને
ઔષધ(સેટ) વગેરે આયુર્વેદીય પુસ્તકો; ઊર સંવેદના, મૌનના ભણુકાર,
ગમતાં ગાઈ ગીત, વિરહ સહ્યો ન જાય ! (કાવ્ય સંગ્રહો) અતૃપ્ત ઝંખના
(નવલકથા) અને આકાશવાણી દ્વારા પ્રસારિત વાર્તાલાપો તથા વિવિધ
સંસ્થાઓનાં ઉપક્રમે ગોઠવાતાં તેમનાં પ્રવચનો ઘણાં લોકભોગ્ય હોય
છે. ‘આયુ ડાયજેસ્ટ’ના તંત્રી તરીકેની તેમની કારકિર્દી પણ નોંધ-
પાત્ર છે. કમળો, કાનના રોગો, ચામડીના રોગો વગેરે વિષયો પર
તેમની એક કલાકની કેસેટ પણ ઘણી લોકપ્રિય થયેલી છે.

‘આયુર્વેદ વિશારદ’ અને ‘આયુર્વેદાચાર્ય’ની પદવી પ્રાપ્ત કર્યા
પછી લોકભારતીમાં અને વીમા યોજનામાં આયુર્વેદ વિભાગના સંચાલક
તરીકે બાર વર્ષ સેવા આપ્યા બાદ હવે સત્તર વર્ષથી અમદાવાદમાં
સલાપસ રોડ પર સર્વોદય કોમર્શિયલ સેન્ટરમાં પોતાનું ‘આયુ સેન્ટર’
નામે ચિકિત્સાલય ચલાવે છે.